

COUSCOUS 290G - SANS LACTOSE

RICHE EN PROTEINES

FR
85.182.005
CE



Fabriqué en France dans nos ateliers vendéens (85)

Photo non contractuelle

Grammage (en g) : 290

Date de mise à jour : 18/01/2023

Code Produit : 8290

POIDS DES DIFFÉRENTES COMPOSANTES EN G

Viande/poisson	85
Légume	71
Féculent	90
Sauce	44
TOTAL	290

LISTE DES INGRÉDIENTS

COUSCOUS

Poulet traité en salaison (poulet 28%, féculé de manioc, sirop de glucose, sel), semoule de couscous 28% (eau, semoule de **blé** dur), légumes couscous 22% (carottes, courgettes, navets, garniture de **céleri**, pois chiche, poivrons rouges, poivrons verts), eau, huile de colza, concentré de tomates, oignons, sel, amidon transformé de riz, gélatine de boeuf, ail, cumin, thym, jus concentré de **céleri**, harissa (piments, ail déshydraté, curcuma, sel), coriandre, piment.

Traces éventuelles de moutarde, soja
Poulet origine UE

Les informations en gras sont destinées aux allergiques et intolérants.



VALEURS NUTRITIONNELLES

	Pour 100g	A la portion
Energie (kJ)	675	1958
Energie (kCal)	162	470
Matières grasses (g)	8,3	24
dont acides gras saturés (g)	1,8	5,2
Glucides (g)	12	35
dont sucres (g)	2,0	5,8
Fibres (g)	1,2	3,5
Protéines (g)	9,1	26
Sel (g)	0,94	2,7
Potassium (g)	0,175	0,508
Calcium (g)	0,086	0,249
Phosphore (g)	0,124	0,360

ALLERGÈNES PRÉSENTS

Gluten ☒	Crustacés ☐	Oeufs ☐	Poissons ☐
Arachides ☐	Soja ☐	Lait / produits à base de lait ☐	Fruits à coque ☐
Céleri ☒	Moutarde ☐	Graines de sésame ☐	Anhydrides sulfureux / sulfites ☐
Lupin ☐	Mollusques ☐		

SPÉCIFICATIONS NUTRITION

Rapport P/L	1,096
Grammage protidique (g)	85
Teneur en sodium (g/100 g)	0,37

SPÉCIFICITÉS ALIMENTAIRES ET THÉRAPEUTIQUES

Pauvre en sel ☐	Pauvre en graisse ☐	Pauvre en fibres ☐
Sans résidus ☐	Diabétique ☐	Enrichie ☐
Sans gluten (AFDIAG) ☐	Sans porc ☒	Végétarienne ☐
Texture tendre (IDDSI 6) ☐	Texture hachée (IDDSI 5) ☐	

REMISE EN TEMPÉRATURE - PLAT ÉTAT SURGELÉ

Type de four utilisé	Temps de réchauffage	Température ou puissance
Air pulsé	60 min	120°C
Thermocontact	60 min	120°C
Micro-onde (retirer l'opercule)	Entre 5 et 7 min	800W.